

助産師と出会った方の実際の声

助産師と出会えて良かったと答えた方

100% (アンケート結果より)

- ・身近に妊娠を経験した友人も少なかったが、助産師さんを妊娠前から知っていることで安心して相談できた。
(29歳, 初産の方)
- ・出産前に開業助産師から乳房ケアや沐浴(もくよく)など、自宅で詳しく教えてもらったので、夫婦で赤ちゃんを迎えるための準備や心構えができた。
(41歳, 1児子育て中の方)
- ・産後も何かあればいつでも話を聞くことができ心強かった。
(41歳, 2児子育て中の方)
- ・助産師の存在や仕事内容を知って、今後自分が困ったときは相談したい。
(中学生)



助産師についての
詳しい情報はこちら



【日本助産師会】

<https://www.midwife.or.jp/general/with.html>

HP上の『全国助産所一覧』や『全国の相談窓口』から、お近くの助産所や相談窓口が検索できます。



助産師とは

皆さんは、『助産師』という職種や仕事内容について知っていますか？助産師は病院だけでなく、地域でも助産所を開業したり、保健所などの行政で活動しています。

また、妊娠・出産に関わるだけでなく、産後の健診や性教育、年齢特有の悩みの相談など、皆さんの身近で寄り添い、一生をサポートできます。

ぜひ私たち助産師に
お気軽にご相談ください。



あなただけの助産師
見つけてみませんか？




あなただけの助産師を
見つけてみましょう

かかりつけの医師がいるように、かかりつけの助産師をもつことで妊娠・出産・産後だけでなく、女性の一生涯をより健康にすることができます。最近では、My助産師制度という取り組みを行っている自治体や団体もあります。

かかりつけ助産師がいることで…

- ・ふと何かを不安に思うときや、小さな困り事でもいつでも相談できる
- ・信頼できる支援者との出会いがある
- ・自分に合ったケアを受けられる
- ・自信を持って過ごせる
- ・周囲の女性やお子さんも、かかりつけの助産師を見つけるきっかけとなる



チーム ぽかぽか 

秋山/末安/詫摩/森沢/中嶋/久森

岡山大学大学院保健学研究科
「妊娠中からの母子支援」
即戦力育成プログラム事務局

URL : <http://www.okayama-u.ac.jp/user/josan/index>

Phone & Fax : 086-235-6538

E-mail : josan@cc.okayama-u.ac.jp



いつ・どんな悩みにも 助産師は寄り添います

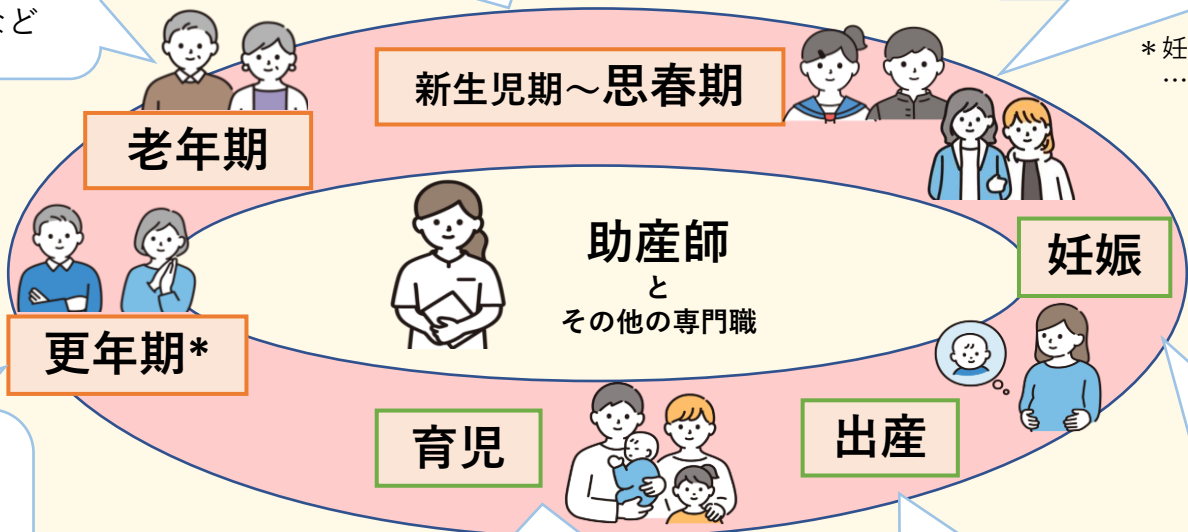
自分の話を聞いてくれる相手がいること、ゆっくり人と会話することでココロもカラダもすっきりすることってありますよね。
自分のこと、赤ちゃんのこと、ご家族のこと、ため込まず手放してみませんか？
私たちがいつでも話しお聞きいたします。

- ・孫育て
- ・排泄について
- ・身体の変化 など

- ・生理(月経)について
- ・思いがけない妊娠
- ・体の悩み(体型など)
- ・心の悩み ・性の悩み
- ・親との関係・育った環境 など

- ・パートナーとの関係
- ・将来について(ライフプランなど)
- ・妊孕性(にんようせい)*について など

*妊孕性とは
…妊娠する力/生殖(せいしょく)機能



*更年期とは
…閉経前後の年齢、50歳くらい

- ・授乳について
- ・子育ての悩み (離乳食、予防接種、親離れ・子離れなど)
- ・家族関係
- ・パートナーとの関係
- ・育児/仕事/休息のバランス など

- ・出産方法/場所の選択
- ・出産への様々な思い (期待感、無事に産めるか、痛みなど)
- ・授乳について
- ・排泄について など

- ・不妊/不育について
- ・妊孕性*について
- ・妊娠に伴うマイナートラブル
- ・流産・死産
- ・出産・育児への思い (経済面/サポート面など)
- ・仕事との両立 など